Samenvatting

Flinke stappen vooruit

AGENDA RUIMTE VOOR LOPEN

RUIMTE
VOOR
LOPEN

Lopen vatten we breed op

Kern is dat er geen vervoermiddel voor nodig is, zoals de auto, bus of fiets. Sommige mensen hebben wel een hulpmiddel nodig, denk aan een (blinden-)stok, rollator, rolstoel of scootmobiel. En natuurlijk lopen mensen ook met een kinderwagen of buggy.

Verblijven in de openbare ruimte vatten we ook op als een vorm van lopen. Mensen die even stilstaan voor een praatje of om rond te kijken, ouderen die uitrusten op een bankje of kinderen die buiten spelen.

Mensen hebben verschillende redenen om te lopen: het kan een doelgerichte verplaatsing van A naar B zijn, een recreatieve wandeling, een sportactiviteit zoals hardlopen of een combinatie van lopen met iets anders, zoals lopend overleggen.

De inrichting van de openbare ruimte is bij voorkeur geschikt voor alle mensen en alle verschijningsvormen van lopen.

Meer weten over de gezondheidsvoordelen en maatschappelijke baten van lopen? Kijk op ruimtevoorlopen.nl/agenda-lopen/

84%

van de Nederlanders is positief over lopen als manier van vervoer. Dat is vergelijkbaar met de fiets.

Lopen is de meest vanzelfsprekende vorm van bewegen. Op het moment dat een kind leert staan en de eerste stappen zet, is een voetganger geboren. Mensen willen hun hele leven blijven lopen.

Lopen levert veel voordelen op en toch schiet de ruimte voor lopen vaak tekort. Het platform Ruimte voor Lopen wil daar verandering in brengen. Tientallen overheden, maatschappelijke organisaties en kennisinstellingen hebben hun krachten gebundeld om meer ruimte voor lopen te creëren. Meer ruimte in het hoofd, in beleid én buiten.

De partners van Ruimte voor Lopen werken aan de hand van een gezamenlijke agenda met daarin drie ambities voor 2030. Die staan op de volgende pagina's. De volledige agenda bestaat uit een toekomstbeeld 2040 als wenkend perspectief, de koers en ambities tot 2030 en een uitgewerkt activiteitenprogramma tot 2025.

Drie ambities voor 2030

Ambitie 1

Lopen is een vanzelfsprekend en integraal onderdeel van beleid, ontwerp en beheer

Lopen krijgt een plek in het domein-overstijgende beleid van overheden, dat onder meer gaat over ruimte, gezondheid, natuur, mobiliteit, economie en toerisme. In dit integrale beleid wordt lopen erkend, verankerd en gestimuleerd als een belangrijke, zelfstandige én gezonde manier van voortbewegen.

De omzet van horeca en detailhandel stijgt 10 tot 25% door het voetgangers-vriendelijk maken van de omgeving

Lopen zorgt voor gezondheidswinst bij hart- en vaatziekten, hoge bloeddruk, beroerte, diabetes, overgewicht, botontkalking, cognitief functioneren, depressie en meer

De openbare ruimte is loopvriendelijk ingericht, met oog voor nabijheid, functiemenging, aantrekkelijkheid, beweegvriendelijkheid en gevarieerde natuur in stad en dorp.

De verdeling van de ruimte voor verkeer en verblijf vindt als regel plaats via de volgorde van het STOP-principe: eerst stappen (lopen), dan trappen (fietsen), dan openbaar vervoer en pas als laatste de personenauto.

De inrichting en het beheer van voetgangersvoorzieningen gebeurt op basis van ‘design for all’, ofwel ontwerpen voor iedereen. Dat houdt rekening met jong en oud en met mensen met en zonder een beperking.

Alle voordeuren en OV-haltes zijn vlot bereikbaar via toegankelijke en veilige voetpaden en oversteekvoorzieningen. Daarmee voldoen we aan de basisnorm van toegankelijkheid zoals vastgelegd in het VN-verdrag Handicap.

Natuur en landschap zijn toegankelijk en aantrekkelijk voor voetgangers en wandelaars, hetgeen onder andere variëteit in flora en fauna betekent.

Lopen geeft kinderen en senioren een gevoel van autonomie.

Ambitie 2

De omgeving biedt gelegenheid en nodigt uit om veilig te lopen

Ambitie

3

Lopen heeft een positief imago en wordt gestimuleerd

De buitenruimte zet aan tot lopen. Daaronder verstaan we:

- Aantrekkelijke, comfortabele, beweegvriendelijke, groene voetgangers- en verblijfsvoorzieningen.
- Goed herkenbare looproutes naar:
  - stads-, dorps- en winkelcentra
  - stations en OV-haltes, mobiliteitshubs en parkeervoorzieningen, binnenstedelijk en in het buitengebied
  - belangrijke openbare voorzieningen, zoals scholen, zorginstellingen, bibliotheken, parken, speelplekken en sportlocaties.
- Wandelommetjes en routestructuren in en rond stad of dorp, naar het buitengebied en in het buitengebied.

Bovendien wordt lopen actief gepromoot, met name:

- Lopen naar school
- Lopen naar het werk (in combinatie met OV) en tijdens het werk
- Lopen door ouderen en mensen met beperkingen
- Recreatief wandelen
- Sportief lopen en hardlopen

Lopen maakt gelukkig, creatief, slim en mentaal gezond

De winst van lopen

Lopen heeft impact op levens van mensen. Het is fijn om te doen en goed voor gezondheid en welzijn. Het draagt bij aan de strijd tegen bewegingsarmoede en stress gerelateerde klachten.

Ruimte creëren voor lopen maakt de omgeving leefbaar, omdat het prettig toeven is in loopvriendelijke gebieden. Daarmee bevordert het ontmoeting en zelfredzaamheid, niet in de laatste plaats van ouderen en mindervaliden. Meer mensen op straat vergroot de leefbaarheid en stimuleert de lokale economie. Een loopvriendelijke omgeving is vrijwel altijd groener en daarmee ook klimaatbestendiger, vanwege wateropslag en minder hittestress.

En niet te vergeten: lopen is een goedkope en duurzame manier van verplaatsen. Het vermindert verkeersdruk, vervuiling en beslag op schaarse ruimte.

Meer weten over de gezondheidsvoordelen en maatschappelijke baten van lopen? Kijk op ruimtevoorlopen.nl/agenda-lopen/

Partners van Ruimte voor Lopen

Alles is gezondheid

ANWB

Breda University of Applied Sciences

College van Rijksadviseurs

CROW

Gemeente Amsterdam

Gemeente Apeldoorn

Gemeente Eindhoven

Gemeente Groningen

Gemeente Leiden

Gemeente Rotterdam

Gemeente Tilburg

Gemeente Utrecht

Gemeente Zwolle

Ieder(in)

Jantje Beton

Jongeren Op Gezond Gewicht

KBO-PCOB

Kenniscentrum Sport & Bewegen

Koninklijke Wandel Bond Nederland

MENSenSTRAAT

Ministerie van Binnenlandse Zaken en Koninkrijksrelaties

Ministerie van Infrastructuur en Waterstaat

Ministerie van Landbouw, Natuur en Voedselkwaliteit

Ministerie van Volksgezondheid, Welzijn en Sport

Natuurmonumenten

NOC*NSF

Nederlandse Spoorwegen

Platform31

Provincie Gelderland

Provincie Utrecht

Provincie Zuid-Holland

RIVM

ROVER

Sociaal Werk Nederland

Staatsbosbeheer

stichting Gezond Natuur Wandelen

SWOV

VeiligheidNL

Vrije Universiteit Amsterdam

VVN Nederland

Wageningen Universiteit

Wandelnet

IPO en VNG ondersteunen de agenda Ruimte voor Lopen

RUIMTE VOOR LOPEN

Meer weten? Meedoen? Kijk op www.ruimtevoorlopen.nl